

# Sport hilft bei der Integration

**GESUNDHEIT** „Bewegung von und für Frauen“ ist das Motto eines neuen Kursangebots des Vereins Kultur-Mosaik in Bamberg. Besonders Migrantinnen werden dabei angesprochen.

VON UNSEREN MITARBEITERIN STEFANIE WOLTER

**Bamberg** – „Jetzt die Zehenspitzen zur Nase ziehen – gut – 10-ckern!“ Kursleiterin Katja Ovakimyan sitzt vor der kleinen Gruppe auf einem blauen Gymnastikball und gibt den Takt vor. Acht Frauen in lockerer Sportkleidung folgen interessiert ihren Übungen. Hin und wieder schallt entspanntes Lachen durch den Raum, wenn eine auf ihrem Sitzball ins Rutschen kommt. Man merkt: Hier fühlen sich alle wohl.

Ovakimyans Rückentraining ist Teil des bundesweiten Programms „Integration durch Sport“, das dieses Jahr erstmals Erwachsenenkurse in Bamberg anbietet. In Zusammenarbeit mit lokalen Ansprechpartnern will es vor allem Migrantinnen erreichen, die sonst nicht im Fokus von Sportangeboten stehen. Auch die meisten Kursleiterinnen sind nicht in Deutschland geboren. Physiotherapeutin Ovakimyan kommt aus der Ukraine. Ihre Kolleginnen stammen aus Peru, dem Iran



Diese Frauen nutzen mit Begeisterung das neue Kursangebot „Integration durch Sport“.

Foto: pt.

oder der Türkei. Die Freude an Bewegung haben sie meist aus ihrer Heimat mitgebracht, wie Yesim Jung, Kursleiterin für Fitnessgymnastik und Schwimm-

unterricht. Ich glau-

men, berichtet: „In der Türkei habe ich immer viel Sport getrieben, war Schiedsrichterin und habe als Lehrerin Naturwissenschaften unterrichtet. Ich glau-

be, dass viele Türkinnen sportlich aktiver sind als Deutsche, auch wenn das Bild von der typischen Muslimin sicher anders aussieht.“

Überhaupt sehen sich die Frauen in der Rolle, Vorurteile abzubauen, Verständnis in der Aufnahmegesellschaft zu schaffen. „Einige Frauen haben wegen des Fotos ihr Kopftuch aufbewahrt“, erklärt Yesim Jung. „Meinen Sie bitte nicht, das sei immer so.“ Richtig verschwunden die Kopfbedeckungen kurz nach der letzten Aufnahme.

Religiöse Sensibilitäten mögen ein Grund dafür sein, dass manche Teilnehmerin hier zum ersten Mal einen Sportkurs besucht. Doch Projektkoordinatorin Manuela Thomer vom Verein Kultur-Mosaik kennt noch eine ganze Reihe weiterer Ursachen. Da wäre zum einen die Kursgebühr, die dank Zuschüssen und ehrenamtlichen Engagements deutlich unter der anderer Anbieter liegt. Zum anderen hat man bewusst auf bequeme Erreichbarkeit gesetzt: Die verschiedenen Veranstal-

tungsorte sollen für Wohnortnähe sorgen. Kinderbetreuung ist bei den meisten Kursen eine Selbstverständlichkeit. Außerdem braucht sich hier niemand zu schämen, wenn es mit dem Wortschatz einmal hapert. Die Kurssprache bleibt in jedem Fall Deutsch.

„Natürlich wollen wir keine Konkurrenz beispielsweise zur Volkshochschule sein“, stellt Thomer klar. „Deshalb verteilen wir unsere Flyer auch ganz gezielt in Moscheen, Stadtteiltreffs, dem Mütterzentrum oder bestimmten ausländischen Vereinen.“

Ob das Angebot neben Spaß auch gesundheitliche Vorteile bringt und das Wohlbefinden dauerhaft steigert, untersucht das Institut für Sportwissenschaft und Sport der Universität Erlangen-Nürnberg zur Zeit mit einer Fragebogen-Aktion. Unter dem Projektnamen BlG (Bewegung als Investition in Gesundheit) begleitet es Modellprojekte zur Bewegungsförderung für Frauen in schwierigen Lebenslagen.